

**PENGEMBANGAN MODUL PERMAINAN BOLA TEMBAK PADA
MATA PELAJARAN PJOK**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam Ilmu Pendidikan Guru
Madrasah Ibtidaiyah

Oleh:

**TIANA HUSNUL KHOTIMAH
NPM. 1611100484**

Jurusan: Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI)



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG**

1442 H/2021 M

**PENGEMBANGAN MODUL PERMAINAN BOLA TENBAK PADA
MATA PELAJARAN PJOK**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam Ilmu Pendidikan Guru
Madrasah Ibtidaiyah

Oleh:

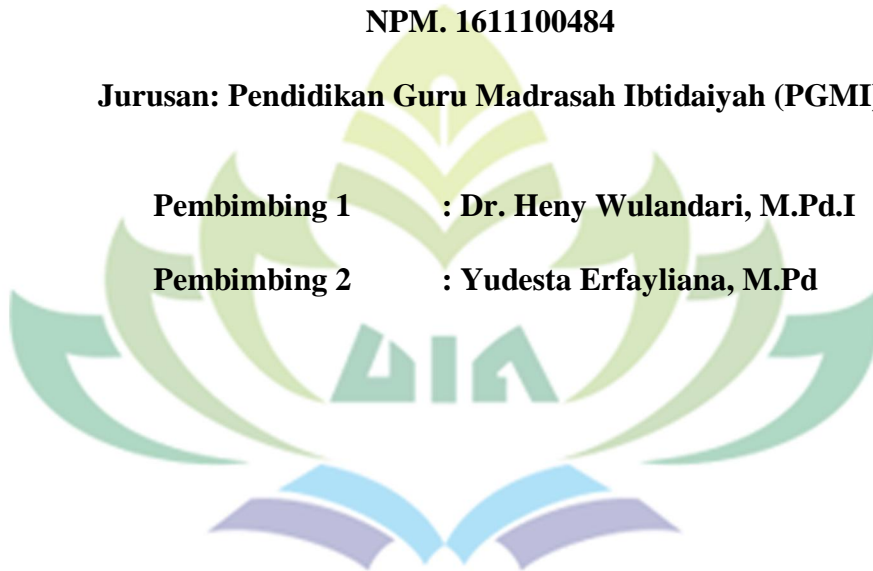
TIANA HUSNUL KHOTIMAH

NPM. 1611100484

Jurusan: Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI)

Pembimbing 1 : Dr. Heny Wulandari, M.Pd.I

Pembimbing 2 : Yudesta Erfayliana, M.Pd



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1442 H/2021 M**

ABSTRAK

Latar belakang pengembangan modul pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) ini adalah dikarenakan pendidik belum memiliki buku pegangan pendidik dalam mengajar dan hanya memanfaatkan fasilitas dari sekolah saja. Buku yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran pun hanya buku siswa saja. Dengan menggunakan modul pembelajaran PJOK pendidik akan lebih mudah mengajarkan siswa khusus nya pada materi bola kecil karna di dalamnya dikembangkan suatu permainan-permainan yang mengacu kepada keaktifan gerak peserta didik. Sehingga dalam hal ini penulis mengambil judul “ Pengembangan Modul Permainan Bola Tembak pada Mata Pelajaran PJOK”.

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan bahan ajar berupa modul pembelajaran PJOK dan mengetahui tingkat kelayakan modul pembelajaran sehingga menghasilkan modul pembelajaran yang valid dan responsif. Penelitian ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan atau *Research and Development (R&D)* dengan menggunakan model ADDIE.

Berdasarkan hasil validator, didapat data para ahli memperoleh nilai rata-rata presentase skor ahli materi sebesar 92,97% dengan kategori sangat layak, nilai rata-rata dari ahli media sebesar 82,5% dengan kategori layak, nilai rata-rata dari ahli bahasa sebesar 83,75% dengan katagori sangat layak, respon pendidik memperoleh nilai rata-rata sebesar 99,22% dengan katagori sangat layak, dan respon peserta didik kelompok kecil SDN Margakaya presentase sebesar 96,33% dengan katagori sangat layak, kelompok besar SDN 02 Way Halim nilai presentase sebesar 92,55% dengan katagori sangat layak. Hal ini menunjukkan bahwa modul permainan bola tembak yang dikembangkan sangat layak digunakan bahan ajar pembelajaran.

Kata kunci : Modul Pembelajaran, Bola Tembak, pada Mata Pelajaran PJOK

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :Tiana Husnul Khotimah

NPM :1611100484

Jurusan : PGMI

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Pengembangan Modul Permainan Bola Tembak pada Mata Pelajaran PJOK”** adalah benar-benar merupakan hasil karya penulis sendiri, bukan diduplikasi dari karya orang lain kecuali bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam *footnote* atau daftar pustaka. Apabila dilain waktu terbukti adanya penyimpanan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penulis
Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, 2021

Penulis

Tiana Husnul khotimah

NPM.1611100484



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 Telp (0721) 703260

PERSETUJUAN

**Judul Skripsi : Pengembangan Modul Permainan Bola
Tembak pada Mata Pelajaran PJOK**
Nama : Tiana Husnul Khotimah
NPM : 1611100484
**Jurusan : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah
(PGMI)**
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

Untuk dimunaqsyahkan dan dipertahankan dalam Sidang
Munaqsyah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Heny Wulandari, M.Pd.I
NIP. 198009072006042001

Yudesta Erfayliana, M.Pd

Mengetahui

Ketua Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah

Syofidah Ifrianti, M.Pd
NIP. 196910031997022002



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat: Jl. Let. Kol. H. Endro Saradin, Sekeloa, Bandar Lampung 35131 Telp. (0721) 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: **Pengembangan Modul Permainan Bola Tembak pada Mata Pelajaran PJOK**. Disusun oleh: **Tiana Husnul Khotimah, NPM: 1611100484**, Jurusan: **Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah**. Telah di ujikan dalam sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada Hari Kamis, 29 April 2021 pukul 10.00 s.d 12.00 WIB, tempat : Ruang Sidang *Virtual Google Meet*.

TIM MUNAQOSYAH

Ketua

: Syofnidah Ifrianti, M. Pd

Sekretaris

: Ayu Reza Ningrum, M. Pd

Penguji Utama

: Dra. Uswatun Hasanah, M. Pd. I

Penguji Pendamping I : Dr. Heny Wulandari, M. Pd. I

Penguji Pendamping II : Yudesta Erfayliana, M. Pd

Mengetahui

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M. Pd

NIP. 199640828 1988032002

MOTTO

المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعف و في كل خير
(رواه مسلم)

“ Mukmin yang kuat itu lebih baik dan lebih dicintai ALLAH dari pada mukmin yang lemah, dan didalam segala kebaikan”

(HR. Muslim)¹



¹ HR. Muslim, *Kitab al-Qadir, Bab Fi Al-Amri bi Al-Quwwat wa Tark Al- 'Ajs*, nomor 14816.

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah teriring doa'a dan rasa syukur kepada Allah SWT,
skripsi ini penulis persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua bapak dan ibu tercinta bapak Hadini dan Ibu Dasiah tersayang yang telah membimbing, mendidik, dan mendoakan sehingga penulis dapat menyelesaikan studi S1 dengan baik.
2. Untuk adiku Umi Khotimatul Fitri tersayang yang telah memberikan semangat dan kekuatan.
3. Almamater tercinta UIN Raden Intan Lampung



RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Wono Agung pada tanggal 25 September 1998, Anak pertama dari pasangan bapak Hadini dan ibu Dasiah. Penulis menempuh pendidikan Sekolah Dasar Negeri 01 Wono Agung diselesaikan pada tahun 2010. Pendidikan dilanjutkan di SMP Negeri 02 Rawa Jitu Selatan diselesaikan pada tahun 2013. Penulis mengenyam pendidikan SMA TMI Roudlotul Qur'an Kota Metro lulus pada tahun 2016.

Pada tahun 2016, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI) UIN Raden Intan Lampung melalui jalur tes dan penulis tinggal di Mahad Al-Jamiah UIN Raden Intan Lampung, Pada tahun 2019 penulis melaksanakan KKN di Desa Pilar, Baru Ranji Lampung Selatan dan PPL di MI Alkhairiyah Kupang Teba.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim,

Syukur alhamdulillah penulis ucapan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufik, hidayah dan karunia-nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengembangan Modul Permainan Bola Tembak pada Mata Pelajaran Pjok”.

Penulisan skripsi ini diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI) UIN Raden Intan Lampung. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Nirva Diana. M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Ibu Syofnidah Ifrianti, M.Pd dan Nurul Hidayah, M.Pd selaku Ketua Jurusan dan Sekretaris Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI) Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
3. Ibu Dr. Heny Wulandari, M.Pd.I dan Bapak Yudesta Erfayliana, M.Pd selaku pembimbing I dan pembimbing II dengan penuh keikhlasan telah banyak meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan mengarahkan penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak dan Ibu dosen Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI) telah memberikan ilmu pengetahuan serta wawasan kepada penulis selama menuntut di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

UIN Raden Intan Lampung.

5. Pimpinan perpustakaan jurusan PGMI, perpustakaan pusat, perpustakaan tarbiyah UIN Raden Intan Lampung.
6. Ibu Sri Mulyani selaku kepala sekolah SDN 2 Way Halim dan bapak Syaputra Hadi Polsen selaku guru mata pelajaran PJOK di SDN 2 Way Halim. Terima kasih telah mengizinkan saya melakukan penelitian.
7. Bapak Darsono selaku kepala sekolah SDN Margakaya Lampung Selatan dan bapak M. Hairi selaku guru mata pelajaran PJOK di SDN MargaKaya Lampung Selatan.
8. Untuk Muhammad Agung Pribowo yang selalu ada dan telah membantu penulis, memberikan semangat, dan bantuannya.
9. Untuk Mareta Tri Astuti dan Semua pihak yang telah berkontribusi dalam proses penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terima kasih banyak telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini dan teman-teman angkatan 2016 khususnya kelas K.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih sangat jauh dari kesempurnaan dan banyak kekurangan, karena keterbatasannya kemampuan dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dan pembaca. Aamiin Ya Robbal Alamin.

Bandar Lampung, 2021
Penulis

Tiana Husnul Khotimah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
SURAT PERYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
MOTTO.....	iv
PERSEMBAHAN.....	v
RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah.....	2
C. Identifikasi masalah.....	5
D. Pembatasan Masalah	6
E. Perumusan Masalah.....	6
F. Tujuan Penelitian.....	6
G. Manfaat Penelitian	7
H. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan	8
I. Sistematika penulisan	10

BAB II LANDASAN TEORI

A. Konsep Pengembangan Model	12
B. Bahan Ajar	10
1. Pengertian Bahan Ajar	15
2. Ciri –ciri Media Pembelajaran	18
3. Fungsi Dan Manfaat Media Pembelajaran	18
4. Psikologi Siswa SD Kelas V (Lima) Usia 11 Tahun	22
C. Bermain	25
1. Pengertian Bermain	25
2. Kategori Bermain	25
3. Tahapan Perkembangan Bermain	26
4. Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Bermain	27
5. Faedah Bermain	29
D. Permainan Bola Tembak	30
1. Konsep Permainan Bola Tembak	30
2. Prinsip Permainan Bola Tembak	31
3. Peraturan Permainan Bola Tembak	31
E. Materi Bola Kecil	32
1. Pengertian Permainan Bola Kecil	32
2. Macam-Macam Permainan Bola Kecil	33
3. Fungsi Permainan Bola Kecil	37
F. Kerangka Berfikir	38
G. Kajian Penelitian Yang Relevan.....	39

BAB III METODE PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian	42
B. Karakteristik Sasaran Penelitian	42
C. Pendekatan dan Metode Penelitian	42

D. Langkah- langkah Pengembangan Model .	44
E. Pengumpulan Data dan Analisis Data ..	47
F. Teknik Pengumpulan Data ..	51
G. Teknk Analisi Data ..	53

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Lapangan	55
B. Pembahasan	86

BAB V PENUTUP

A. Simpulan.....	90
B. Rekomendasi	92

Daftar Rujukan Lampiran



DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

Tabel 1 Instrumen Ahli Materi	42
Tabel 2 Instrumen Ahli Media ..	42
Tabel 3. Instrumen Ahli Bahasa	43
Tabel 4. Instrumen Respon Pendidik ..	43
Tabel 5. Instrumen Peserta Didik	45
Tabel 6. Kriteria Skor	47
Tabel 7. Skala likert	48
Tabel 8. Hasil Validasi Ahli Media Tahap 1	52
Tabel 9. Hasil Validasi Ahli Media Tahap 2	54
Table 10. Hasil Validasi Ahli Materi Tahap 1 ..	57
Tabel 11. Hasil Validasi Ahli Materi Tahap 2	59
Tabel 12. Hasil Validasi Ahli Bahasa Tahap 1	62
Tabel 13. Hasil Validasi Ahli Bahasa Tahap 2	65
Tabel 14. Saran dan Masukan Validasi Media.....	68
Tabel 15. Saran atau Masukan Validasi Materi	69
Tabel 16. Saran atau Masukan Validasi Bahasa.....	71
Tabel 17. Hasil Analisis Uji Coba Kelompok Kecil	73
Tabel 18. Hasil Analisis Uji Coba Kelompok Besar.....	75
Tabel 19. Hasil Respon Pendidik	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman

Gambar 1. Langkah-langkah pengembangan menurut ADDIE	8
Gambar 2. Kerangka Berfikir	33
Gambar 3. Grafik Hasil Validasi Ahli Media Tahap 1	53
Gambar 4. Grafik Hasil Validasi Ahli Media Tahap 2	55
Gambar 5. Grafik Hasil Validasi Ahli Materi Tahap 1	58
Gambar 6. Grafik Hasil Validasi Ahli Materi Tahap 2	61
Gambar 7. Grafik Hasil Validasi Ahli Bahasa Tahap 1	64
Gambar 8. Grafik Hasil Validasi Ahli Bahasa Tahap 2	67
Gambar 9. Perubahan Cover	69
Gambar 10. Penambahan Permainan	70
Gambar 11. Aturan Permainan Dibuat Perpoint	70
Gambar 12. Penambahan Kata Pengantar	71
Gambar 13. Penambahan Latihan	72
Gambar 14. Hasil Uji Kelompok Kecil dan Uji Kelompok Besar	76
Gambar 15. Respon Pendidik	79

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Sebagai langkah awal untuk memahami judul skripsi ini, dan untuk menghindari kesalah pahaman, maka penulis merasa perlu untuk menjelaskan beberapa kata yang menjadi judul skripsi ini. Adapun judul skripsi yang dimaksudkan adalah **PENGEMBANGAN MODUL PERMAINAN BOLA TEMBAK PADA MATA PELAJARAN PJOK**. Sedangkan yang dimaksud dengan tinjauan judul ini adalah meninjau lebih jauh bagaimana pandangan modul permainan bola tembak pada mata pelajaran PJOK.

Belajar adalah suatu aktivitas yang dilakukan seseorang dengan sengaja dan dalam keadaan sadar dan memperoleh suatu konsep.² Berdasarkan hasil pengamatan secara langsung di lapangan pada saat pra Penelitian, observasi dan wawancara terhadap guru PJOK, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kurang maksimalnya proses pembelajaran permainan bola kecil: pertama, guru lebih banyak mengajarkan satu jenis permainan bola kecil hal tersebut dikarenakan pengetahuan guru yang terbatas mengenai macam-macam jenis permainan bola kecil. Kedua, motivasi siswa kurang untuk belajar terkait materi permainan bola kecil dan siswa hanya menyukai salah satu jenis permainan bola kecil, tentu saja hingga membuat guru kesulitan

² Rora Rizky Wandini dan Maya Rani Sinaga, “*Games Pak Pos Membawa Surat pada Sintax Model Pembelajaran Tematik*”, *Jurnal Raudhah*, Vol.6, No.01 (Januari-Juni 2018), h. 1

mengajarkan permainan bola kecil.

Sehubungan dengan permasalahan tersebut, maka saya membuat modul permainan bola tembak pada materi bola kecil, data yang akan diteliti pun hanya permainan bola tembak menggunakan tangan, menggunakan kaki dan menggunakan alat, dengan adanya penelitian ini saya akan melihat proses permainan bola tembak di beberapa sekolah

B. Latar Belakang Masalah

Pendidikan artinya proses pengubahan sikap dan perilaku seseorang atau kelompok dalam usaha mendewasakan manusia. Menurut Dinn Wahyudin yang dikutip oleh Evinna, pendidikan adalah *humanisasi* (upaya menanusiakan manusia) yaitu suatu upaya dalam rangka membantu manusia (peserta didik) agar mampu hidup sesuai dengan martabat kemmanusiannya. W.S Winkel dalam bukunya yang berjudul *psikologi pengajaran*, mendefinisikan pendidikan ialah bantuan yang diberikan orang dewasa kepada orang yang belum dewasa, agar dia mencapai kedewasaan. Pemerintah dalam UU RI No 20 tahun 2003 memuat pengertian pendidikan, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan.³

Mendidik siswa adalah suatu aktifitas yang menyenangkan dan

³ Evinna Cinda Hendriana, "Implementasi Pendidikan Karakter di Sekolah Melalui Keteladanan dan Pembiasaan", Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia, September 2016 (Kalbar: 2016), hlm. 26.

sangat menggembirakan tergambar dalam benak dan pikiran setiap orang. Dimana didalamnya terdapat berbagai macam pelajaran-pelajaran yang menyenangkan, permainan permainan dan kegiatan yang mengasyikan. Tingkah laku siswa yang menganggumkan, lucu, lincah, serta menyenangkan akan banyak kita jumpai disana.

Belajar merupakan suatu proses yang kompleks yang terjadi pada diri setiap orang di sepanjang hidupnya. Proses belajar itu terjadi karna adanya interaksi antara seseorang dengan lingkungannya. Untuk itu belajar dapat terjadi kapan saja. Ciri-ciri seseorang telah belajar adalah adanya perubahan tingkah laku pada diri seseorang pada komponen pengetahuannya, keterampilanya maupun sikapnya. Proses interaksi belajar yang terjadi pada peserta didik lebih dipengaruhi oleh hal seperti, lingkungan, guru, orang tua, buku teks, selebaran, majalah, film, video, radio, ataupun yang lainnya. Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi semakin mendorong upaya-upaya pembaharuan dalam pemanfaatan hasil-hasil teknologi dalam membantu proses belajar mengajar. Para guru disekolah dituntut harus mampu menggunakan alat-alat yang disediakan disekolah. Terlebih guru pendidikan jasmani, selain harus mampu menggunakan dan memanfaatkan alat-alat yang disediakan oleh sekolah. Guru pendidikan jasmani juga harus mampu membuat atau memodifikasi alat-alat olahraga jika sekolah tidak menyediakanya.⁴

Adapun teknik mengaktifkan siswa telah kita pahami, bahwa

⁴Wiarto Giri, *Media Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani*, (Yogyakarta: Laksitas, 2016), hlm.1.

pentingnya guru mengaktifkan siswa dalam proses untuk menciptakan suasana belajar.⁵

Menurut wawancara yang telah dilakukan peneliti pada saat pra penelitian berlangsung, Pengajar belum memiliki modul permainan bola kecil dalam proses pembelajaran dan sumber belajar yang digunakan adalah buku dari dinas pendidikan⁶. Modul sebenarnya sudah ada yang mempublikasi namun tidak ada materi tentang bola kecil.

Belajar adalah suatu aktivitas yang dilakukan seseorang dengan sengaja dan dalam keadaan sadar untuk memperoleh suatu konsep.⁷

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani terdapat materi permainan bola kecil dimana dalam permainan tersebut siswa diharapkan terampil, cekatan dan mampu bekerjasama dengan temanya. Siswa juga harus memiliki gerak motorik dan koordinasi yang bagus. Konsep pembelajaran menurut Corey (Syaiful Sagala, 2011: 61) adalah suatu proses dimana lingkungan seseorang secara sengaja dikelola untuk memungkinkan ia turut serta dalam tingkah laku tertentu dalam kondisi-kondisi khusus atau menghasilkan respon terhadap situasi tertentu, pembelajaran merupakan subyek khusus dari pendidikan. Sumiati dan Asra (2009: 3) mengelompokkan komponen-komponen pembelajaran dalam katagori utama, yaitu: guru, isi atau materi pembelajaran, dan siswa. Interaksi antara tiga komponen utama melibatkan metode pembelajaran, media

⁵Heny Wulandari, “*Pelaksanaan Pendidikan Kesehatan, Prilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Dini*”, (Bandar Lampung: Jurnal UIN Raden Intan Lampung, 2014), h 71

⁶ Indra, Wawancara dengan penulis, SDN MargaKaya Lampung Selatan, Lampung Selatan, 15 Februari 2020

⁷ *Opcit* hl 1

pembelajaran dan penataan lingkungan tempat belajar, sehingga tercipta situasi pembelajaran yang memungkinkan terciptanya tujuan yang telah direncanakan sebelumnya. Dengan mengetahui konsep pembelajaran yang baik, diharapkan guru bisa menyampaikan materi pembelajaran dengan baik.⁸

Berdasarkan hasil pengamatan secara langsung di lapangan pada saat pra Penelitian, observasi dan wawancara terhadap guru PJOK, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kurang maksimalnya proses pembelajaran permainan bola kecil: pertama, guru lebih banyak mengajarkan satu jenis permainan bola kecil hal tersebut dikarenakan pengetahuan guru yang terbatas mengenai macam-macam jenis permainan bola kecil. Kedua, motivasi siswa kurang untuk belajar terkait materi permainan bola kecil dan siswa hanya menyukai salah satu jenis permainan bola kecil, tentu saja hingga membuat guru kesulitan mengajarkan permainan bola kecil.

Sehubungan dengan permasalahan tersebut, maka saya membuat modul permainan bola tembak pada materi bola kecil, data yang akan diteliti pun hanya permainan bola tembak menggunakan tangan, menggunakan kaki dan menggunakan alat, dengan adanya penelitian ini saya akan melihat proses permainan bola tembak di beberapa sekolah

C. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka

⁸ Mulflih Reza Setyanto, *Proses Pembelajaran Permainan Bola Kecil di Kelas Atas Sekolah Dasar Se-gugus Sendangadi*, (Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2017, h. 1

dapat diidentifikasi beberapa masalah, antara lain :

1. Tidak ada modul tentang bola kecil
2. Guru membutuhkan modul tentang materi permainan bola kecil

D. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas dan agar permasalahan tidak terlalu meluas, maka penelitian ini dibatasi, untuk anak kelas V (lima) di SDN Margakaya Kecamatan Karang Anyar Lampung Selatan.

E. Rumusan Masalah

Berdasarkan lembar batasan masalah, dapat dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimanakah pengembangan bahan ajar pembelajaran modul permainan bola tembak pada mata pelajaran PJOK di kelas V (lima)?
2. Bagaimana kelayakan bahan ajar pembelajaran modul permainan bola tembak pada mata pelajaran PJOK di kelas V (lima)?
3. Bagaimana kemenarikan bahan ajar modul permainan bola tembak pada mata pelajaran PJOK di kelas V (lima)?

F. Tujuan Penelitian

Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah

1. Untuk mengembangkan bahan ajar modul permainan bola tembak pada materi bola kecil, pada mata pelajaran PJOK di kelas V (lima).
2. Untuk mengetahui kelayakan bahan ajar pembelajaran modul permainan bola tembak pada mata pelajaran PJOK di kelas V (lima).
3. Untuk mengetahui kemenarikan bahan ajar pembelajaran modul

permainan bola tembak pada mata pelajaran PJOK di kelas V (lima).

G. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi pihak-pihak yang berkaitan yakni pihak sekolah, guru/tenaga pendidik dan terutama siswa/peserta didik yang dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis

Menambah wawasan dan pengetahuan bagi semua unsur penyelenggara pendidikan terutama guru pendidikan jasmani serta dapat digunakan sebagai tambahan referensi untuk penelitian-penelitian berikutnya

2. Manfaat praktis

a. Bagi sekolah

Sebagai masukan kepada pihak sekolah serta mengetahui macam-macam perkembangan bola tembak, sehingga dapat dijadikan acuan untuk menyusun kegiatan pembelajaran yang dapat meningkatkan kualitas pembelajaran

b. Bagi guru PJOK

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan untuk bahan ajar tentang bola kecil dan tidak mengesampingkan aspek kesehatan anak terutama kesehatan jasmani

c. Bagi peserta didik

Hasil penelitian ini secara langsung akan mengetahui permainan dalam materi bola kecil.

H. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan

Suatu penelitian yang baik yakni penelitian yang mempunyai hasil yang relevan. Karna hal tersebut merupakan pedoman awal sebagai kerangka pemikiran untuk menambah, mengembangkan dan memperbaiki penelitian yang sudah ada sebelumnya. Adapun hasil penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

Berdasarkan penelitian Irene Pri Septianing dengan penelitian *Research and Delvoment* dengan judul “Pengembangan modul pembelajaran permainan tradisional anak untk kelas 1 SD tema 3 subtema 3. Modul adalah sebuah bahan ajar yang ditulis dengan tujuan agar siswa dapat belajar secara mandiri tanpa bimbingan guru (Abdul, dalam Prastowo, 2016:207-208). Respon siswa terhadap modul pembelajaran permainan tradisional sangat menarik dengan ranting 94%.⁹

Penelitian yang dilakukan oleh Gentur Tri Basuki dengan penelitian *Research and Delvoment* dengan judul”Pengembangan Model Permainan Tembak Kaleng sebagai alternatif variasi permainan bola kecil dalam pembelajaran penjassorkes bagi siswa kelas VIII SMP NEGRI 2 PATEBON Kabupaten Kendal 2012” tujuan permainan tembak kaleng meliputi domain psikomotorik seperti perkembangan ketrampilan gerak dasar dan kebugaran jasman, domain kognisi seperti kemampuan memecahkan masalah serta domain efektif seperti kekompakan, kerjasama dan mau berbagi/ peralatan. Hal ini di sesuaikan dengan tujuan pendidikan

⁹ Irene Pri Septianing,” *Pengembangan Modul Pembelajaran Permainan Tradisional Anak untuk kelas 1 sd tema 3 subtema 3*”,(Skripsi) (2019). h. 5

jasmani menurut Husdarta (2009:9).¹⁰

Penelitian yang dilakukan oleh Otong Sinaga dengan penelitian *Research and Delvoment* dengan judul "Pengembangan Model Permainan Tembak Kaleng sebagai Alternatif Variasi Permainan bola kecil dalam Pembelajaran Penjasorkes bagi siswa kelas VIII SMP NEGRI 6 TEBING TINGGI". berdasarkan hasil penelitian tersebut dinyatakan 90,39% baik.¹¹

Penelitian yang dilakukan oleh Bahrudin Bahrudin dengan penelitian *Research and Delvoment* dengan judul "Pengembangan Model Permainan Tembak Kaleng sebagai Alternatif Variasi Permainan bola kecil dalam Pembelajaran Penjasorkes bagi siswa kelas VII SMP 1 Rantau Kabupaten Tapin Tahun 2018. Dalam penelitian ini menggunakan desain ekperimental dan hasil dari penelitian tersebut adalah 93,3%.¹²

Penelitian yang dilakukan oleh Gde Nugrah Pratama Fahrial Amriq dengan penelitian *Research and Delvoment* dengan judul "Pengembangan Model Variasi Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani untuk siswa kelas VI SD". Pengembangan model variasi permainan bola kecil dalam pembelajaran pendidikan jasmani ini dibentuk dengan mengadopsi beberapa teknik dasar kasti yang pada penerapannya

¹⁰ Gentur Tri Basuki, "Pengembangan Model Permainan Tembak Kaleng sebagai alternatiff variasi permainan bola kecil dalam pembelajaran penjassorkes bagi siswa kelas VIII SMP NEGRI 2 PATEBON Kabupaten Kendal 2012", (Skripsi) (2012). H 3

¹¹ Otong Sinaga," Pengembangan Model Permainan Tembak Kaleng sebagai Alternatif Variasi Permainan bola kecil dalam Pembelajaran Penjasorkes bagi siswa kelas VIII SMP NEGRI 6 TEBING TINGGI, (Jurnal, Sej Vol 7 No 3, 2017). H 378

¹² Bahrudin Bahrudin," Pengembangan Model Permainan Tembak Kaleng sebagai Alternatif Variasi Permainan bola kecil dalam Pembelajaran Penjasorkes bagi siswa kelas VII SMP 1 Rantau Kabupaten Tapin Tahun 2018, (Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Vol 17 No 2, 2018). H.1

dikombinasikan dengan beberapa teknik dasar yang ada dalam permainan bola kecil.¹³

I. Sistematika Penulisan

sistematika penulisan skripsi ini terdiri dari lima bab yang mana masing-masing menampilkan titik penting masing-masing yang berbeda, namun tetap dalam kesatuan yang saling mendukung dan melengkapi.

Bab pertama, menampilkan pendahuluan yang merupakan garis besar dari keseluruhan pola pikir dan dituangkan dalam konteks yang jelas serta padat. Atas dasar itu penjelasan skripsi diawali dengan latar belakang masalah yang terangkum didalamnya tentang apa yang melatar belakangi masalah yang menjadi alasan dipilihnya judul skripsi ini, dan bagaimana pokok permasalahan. Dengan menggambarkan penjelasan tersebut didapatkan substansi skripsi dan dijelaskan secara teoritis maupun praktis.

Penjelasan ini menjelaskan beberapa jauh signifikan tulisan ini. Kemudian agar tidak terjadi pengulangan dan penjiplakan maka dibentangkan pula berbagai hasil penelitian terdahulu yang dituangkan dalam tinjauan pustaka. Demikian pula metode penulisan diungkap apa adanya dengan harapan dapat diketahui apa yang menjadi jenis penelitian, pendekatan, sumber data, teknik pengumpulan data dan analisi data. Dengan demikian, dalam bab pertama dalam satu kesatuan yang ringkas dan padat guna menjadi pedoman untuk bab kedua, tiga, empat dan bab

¹³ Gde Nugrah Pratama Fahrial Amriq,Dkk,” *Pengembangan Model Variasi Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani untuk siswa kelas VI SD, (Jurnal Sekolah Dasar, Vol 26 No 2,2017), h 157*

lima.

Bab kedua berisi tinjauan umum tentang *Research and Development* dan penjelasan tentang media (pengertian media, jenis media, langkah-langkah media, cara penggunaan media, kelebihan media, dan kelebihan media dalam penulisan skripsi ini). Serta menjelaskan tentang materi yang digunakan dalam pembelajaran ini serta kerangka berfikir dan desain model yang digunakan.

Bab ketiga berisi jenis penelitian yang digunakan (model dan jenis data yang digunakan untuk penelitian) serta latar belakang tempat penelitian yang akan dilakukan.

Bab empat berisi analisis konsep hasil penelitian yang telah dilakukan, penghitungan data yang didapatkan dari hasil penelitian dan kajian produk akhir.

Bab lima berisi penutup yang meliputi simpulan dan rekomendasi dari skripsi yang telah ditulis.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konsep Pengembangan Model

Alur pemikiran penelitian, apapun jenis penelitiannya dimulai dari adanya permasalahan, yang merupakan suatu kesenjangan yang dirasakan oleh peneliti. Kesenjangan tersebut terjadi adanya kesenjangan itu peneliti mencari teori yang tepat untuk mengatasi permasalahan melalui penelitian, yaitu mencari tahu tentang kemungkinan penyebab kondisi yang menjadi masalah itu.¹⁴ Penelitian ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan (*Research and Development / R&D*) adalah rangkaian proses atau langkah-langkah dalam rangka mengembangkan suatu produk baru atau menyempurnakan produk yang telah ada agar dapat dipertanggung jawabkan.¹⁵ Tujuan metode penelitian pengembangan ini digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dalam menguji keefektifan produk tersebut. Maka diperlukan penelitian untuk menguji keefektifan produk tersebut.

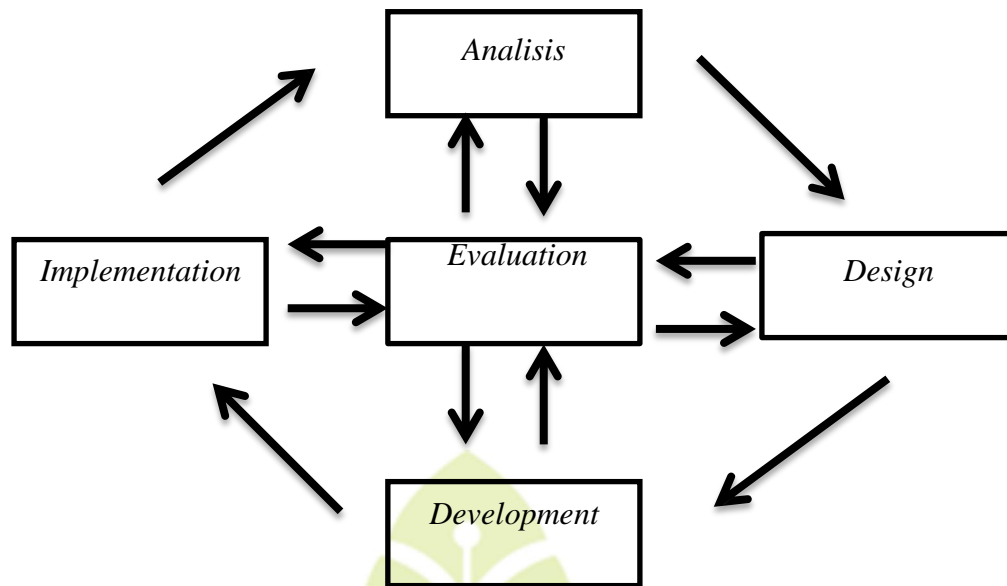
Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian yang mengacu pada model *ADDIE*, model ini meliputi: 1) *Analysis*, 2) *Design*, 3) *Development*, 4) *Implementation*, dan 5) *Evaluation*,¹⁶ secara umum model penelitian ini dapat dilihat pada gambar 2.1

¹⁴ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian* (Jakarta: Rineka Cipta, 2018), h. 13.

¹⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2015), h. 407.

¹⁶ M. Rusdi, *Penelitian Pengembangan Kependidikan: Konsep, prosedur dan sistematis Pengetahuan Baru* (Depok: Rajawali, 2018), h. 116.

Langkah-langkah penelitian dan pengembangan ditunjukkan pada gambar berikut.



Gambar 2.1
Langkah-langkah pengembangan menurut ADDIE¹⁷

Prosedur penelitian dan pengembangan memaparkan langkah-langkah prosedural yang ditempuh oleh peneliti dalam mengembangkan produk. Prosedur penelitian dan pengembangan ini secara tidak langsung akan memberi petunjuk bagaimana langkah prosedural yang dilalui mulai dari tahap awal sampai ke produk yang sudah bisa digunakan.

1. *Analysis* (Analisis)

Tahapan analisis (*Analysis*) meliputi kegiatan sebagai berikut: a. melakukan analisis kompetensi yang dituntut kepada siswa. b. Melakukan analisis karakteristik siswa tentang kapasitas belajarnya,

¹⁷ *Ibid.*, h. 119.

pengetahuan, sikap yang telah dimiliki siswa serta aspek lain yang terkait. c Melakukan analisis materi sesuai dengan tuntutan kompetensi.¹⁸

2. Design (Perancangan)

Tahap perancangan (*design*) dilakukan dengan kerangka acuan sebagai berikut. a. Untuk siapa pembelajaran dirancang? b. Kemampuan apa yang anda inginkan untuk dipelajari? c. Bagaimana materi pelajaran atau keterampilan dapat dipelajari dengan baik ?. Pertanyaan tersebut mengacu pada 4 unsur penting dalam perancangan pembelajaran, yaitu siswa, tujuan, metode dan evaluasi. Berdasarkan pertanyaan tersebut, maka dalam merancang pembelajaran difokuskan pada 3 kegiatan, yaitu pemilihan materi sesuai dengan karakteristik siswa dan tuntutan kompetensi, strategi pembelajaran, bentuk dan metode asesmen dan evaluasi.¹⁹

3. Development (Pengembangan)

Tahapan ini merupakan proses dimana segala sesuatu yang dibutuhkan atau yang akan mendukung semuanya harus disiapkan. Pada tahap ini yang dilakukan adalah penyusunan modul, pembuatan materi, desain gambar, pengetikan dan

¹⁸ *Ibid.*, h. 78

¹⁹ Amir Hamzah, *METODE PENELITIAN & PENGEMBANGAN (Research & Development) Uji Produk Kuantitatif dan Kualitatif Proses dan Hasil dilengkapi Contoh Proposal Pengembangan Desain Uji Kualitatif dan Kuantitatif* (Malang: Literasi Nusantara, 2019), h. 40.

pewarnaan. Hasil desain modul 1 pengembangan kemudian divalidasi oleh ahli materi, ahli bahasa dan desain yang berkompeten dibidangnya. Tanggapan dan saran dari para pakar terhadap produk yang telah dibuat, ditulis pada lembar validasi yang telah disiapkan sebagai bahan untuk revisi. Hasil revisi yang sudah di validasi ulang oleh ahli materi, ahli bahasa dan desain selajutnya dijadikan sebagai komik 2 dan siap diterapkan.

4. *Implementation (Penerapan)*

Tahap ini hasil pengembangan diuji cobakan untuk mengetahui kemenarikan dan keefektifan dalam pembelajaran. Uji coba ini dimaksudkan untuk mendapatkan informasi dari siswa mengenai media pembelajaran yang dikembangkan apakah sudah menarik atau belum. Untuk uji coba produk dilakukan dengan 2 cara yaitu uji skala kecil dan uji coba skala besar. Setelah didapatkan data dari hasil angket responden siswa maka data tersebut diolah kemudian dianalisis untuk tahap evaluasi.

5. *Evaluation (Evaluasi)*

Tahap ini proses melihat apakah sistem pembelajaran yang sedang dibangun berhasil, sesuai dengan harapan awal atau tidak.

B. Bahan Ajar

1. Pengertian Bahan Ajar

Pembelajaran pada hakikatnya adalah suatu proses interaksi antara anak dengan anak, anak dengan sumber belajar, dan anak dengan

pendidik. Kegiatan pembelajaran ini akan menjadi bermakna bagi anak jika dilakukan dalam lingkungan yang nyaman dan memberikan rasa aman bagi anak.²⁰ Dalam standar proses pendidikan, pembelajaran di desain untuk membelajarkan siswa. Artinya, sistem pembelajaran menempatkan siswa sebagai subjek belajar.²¹

Dalam melaksanakan tugasnya sebagai pendidik, pendidik perlu di landasi langkah-langkah dengan sumber ajaran agama, sesuai firman Allah SWT dalam Al-Qur'an surat An-Nahl ayat 44, yaitu yang berbunyi:

بِالْبَيِّنَاتِ وَالزُّبُرِ ۖ وَأَنْزَلْنَا إِلَيْكَ الذِّكْرَ لِتُبَيِّنَ لِلنَّاسِ مَا نُزِّلَ إِلَيْهِمْ وَلَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ

Artinya: *“Kami turunkan kepadamu Alquran, agar kamu menerangkan pada umat manusia apa yang telah di turunkan kepada mereka dan supaya mereka memikirkan (Q. S. An-Nahl ayat 44)”*²²

Kata media berasal dari bahasa latin medius yang secara harfiah berarti „tengah“ „perantara“ atau „pengantar“. Gerlach & Ely (1971) mengatakan bahwa media apabila dipahami secara garis besar adalah manusia, materi, kejadian yang membangun kondisi yang membuat siswa mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan, atau sikap. Dalam pengertian ini guru, buku teks, dan lingkungan sekolah merupakan media. Secara lebih khusus, pengertian media dalam proses belajar mengajar cenderung diartikan sebagai alat-alat grafis,

²⁰ Abdul Majid, Pembelajaran Tematik Terpadu (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2015), h. 15.

²¹ Wina Sanjaya, Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan (Bandung: Kencana, 2013), h. 135.

²² Arham bin Ahmad Yasin, Alquran dan Terjemahannya (Jakarta: hilal Media, 2007), h.272.

photografis, atau elektronis untuk menangkap, memproses, dan menyusun kembali informasi visual atau verbal.²³

Heinich, dan kawan-kawan (1982) mengemukakan istilah medium sebagai perantara yang mengantar informasi antara sumber dan penerima. Jadi, televisi, film, foto, radio, rekaman audio, gambar yang diproyeksikan, bahan-bahan cetakan, dan sejenisnya adalah media komunikasi. Apabila media itu membawa pesan-pesan atau informasi yang bertujuan instruksional atau mengandung maksud-maksud pengajaran maka media itu disebut media pembelajaran. Dengan kata lain, media adalah komponen sumber belajar atau wahana fisik yang mengandung materi instruksional di lingkungan siswa yang dapat merangsang siswa untuk belajar.²⁴

Media merupakan bagian yang melekat atau tidak terpisahkan dari proses pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran. Media berfungsi dan berperan mengatur hubungan afektif guru dan siswa dalam proses pembelajaran.²⁵

Beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran adalah alat bantu yang digunakan untuk menyampaikan pesan dalam proses belajar mengajar agar interaksi dan edukasi antara pendidik dengan peserta didik dapat berlangsung secara tepat dan dapat merangsang pikiran, perasaan, serta kemauan peserta didik dalam belajar sehingga, dapat mendorong terjadinya proses belajar pada

²³ Azhar Arsyad, *Media Pembelajaran* (Jakarta: Rajawali Pers, 2016), h. 3

²⁴ Ibid. h. 4.

²⁵ Ega Rima Wati, *Ragam Media Pembelajaran* (Jakarta: Kata Pena, 2016), h. 3

peserta didik dan memudahkan pendidik dalam menyampaikannya.

2. Ciri-Ciri Media Pembelajaran

Gerlach & Ely mengemukakan tiga ciri media yang merupakan petunjuk mengapa media digunakan dan apa-apa saja yang dapat dilakukan oleh media yang mungkin guru tidak mampu (kurang efisien) melakukannya.

- a. Ciri fiksatif, menggambarkan kemampuan media merekam, menyimpan, melestarikan dan merekonstruksikan suatu peristiwa atau objek.
- b. Ciri manipulative, transformasi suatu kejadian atau objek dimungkinkan karena memiliki ciri manipulatif.
- c. Ciri distributive, memungkinkan suatu objek atau kejadian di transportasikan melalui ruang, dan secara bersamaan kejadian tersebut disajikan kepada sejumlah besar peserta didik dengan stimulus pengalaman yang relatif sama mengenai kejadian itu.²⁶

3. Fungsi Dan Manfaat Media Pembelajaran

Menurut Hamalik pemakaian media pembelajaran dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan keinginan dan minat yang baru, membangkitkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar dan bahkan membawa pengaruh-pengaruh psikologis terhadap peserta didik.²⁷

Empat fungsi media pembelajaran, khususnya media visual, yaitu:

²⁶ 1Azhar Arsyad, Op. Cit. h. 12.

²⁷ Ibid. h. 15.

a. Fungsi Atensi

Fungsi atensi media visual merupakan inti, yaitu menarik dan mengarahkan perhatian peserta didik untuk berkonsentrasi kepada isi pelajaran yang berkaitan dengan makna visual yang ditampilkan atau menyertai teks materi pelajaran. Seringkali pada awal pelajaran peserta didik tidak tertarik dengan materi pelajaran atau mata pelajaran itu merupakan salah satu pelajaran yang tidak disenangi oleh mereka sehingga mereka tidak memperhatikan. Media gambar khususnya gambar yang di proyeksikan melalui overhead projector dapat menenangkan dan mengarahkan perhatian mereka kepada pelajaran yang akan mereka terima. Dengan demikian, kemungkinan untuk memperoleh dan mengingat isi pelajaran semakin besar.

b. Fungsi Afektif

Media visual dapat terlihat dari tingkat kenikmatan peserta didik ketika belajar atau (membaca) teks yang bergambar. Gambar atau lambang visual dapat menggugah emosi dan sikap peserta didik, misalnya informasi yang menyangkut masalah sosial atau ras.

c. Fungsi Kognitif

Fungsi kognitif media visual terlihat dari temuan-temuan penelitian yang mengungkapkan bahwa lambang visual atau gambar memperlancar pencapaian tujuan untuk memahami dan mengingat informasi atau pesan yang terkandung dalam gambar.

d. Fungsi Kompensatoris

Fungsi kompensatoris media pembelajaran terlihat dari hasil penelitian bahwa media visual yang memberikan konteks untuk memahami teks membantu peserta didik yang lemah kembali. Dengan kata lain, media pembelajaran berfungsi untuk mengakomodasikan peserta didik yang lemah dan lambat menerima dan memahami isi pelajaran yang disajikan dengan teks atau disajikan secara verbal.²⁸

Media pembelajaran visual seperangkat alat penyalur pesan dalam pembelajaran yang dapat ditangkap melalui indera penglihatan terdapat dalam Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 31 yang berbunyi:

وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا ثُمَّ عَرَضَهُمْ عَلَى الْمَلَائِكَةِ فَقَالَ أَنْ يُبَيِّنُوا بِأَسْمَاءِ هَٰؤُلَاءِ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ

Artinya: “Dan dia mengajarkan kepada Adam nama-nama (benda-benda) seluruhnya, kemudian mengemukakan kepada para malaikat lalu berfirman: “Sebutkan kepada-Ku nama-nama benda itu jika kamu memang benar orang-orang yang benar! (Q. S. Al-Baqarah ayat 31)”²⁹.

Secara umum, manfaat media dalam proses pembelajaran adalah memperlancar interaksi antara guru dan siswa sehingga kegiatan pembelajaran akan lebih efektif dan efisien. Tetapi secara khusus ada beberapa manfaat media yang lebih rinci. Kemp dan Dayton (dalam Depdiknas, 2003) mengidentifikasikan beberapa manfaat media dalam pembelajaran yaitu:

²⁸ Ibid. h. 20

²⁹ Arham bin Ahmad Yasin, Op. Cit. h. 2

- a. Penyampaian materi pelajaran dapat diseragamkan.
- b. Proses pembelajaran menjadi lebih jelas dan menarik.
- c. Proses pembelajaran menjadi lebih interaktif.
- d. Efisiensi dalam waktu dan tenaga.
- e. Meningkatkan kualitas hasil belajar siswa.
- f. Media memungkinkan proses belajar dapat dilakukan di mana saja dan kapan saja.
- g. Media dapat menumbuhkan sikap positif siswa terhadap materi dan proses belajar
- h. Mengubah peran guru ke arah yang lebih positif dan produktif.³⁰

Dari beberapa fungsi media di atas penulis menyimpulkan bahwa media yang baik akan membangkitkan motivasi dan rangsangan belajar pada peserta didik karena, media memiliki fungsi untuk membuat pembelajaran menjadi menarik dan dapat menggugah emosi dan sikap peserta didik dalam memahami dan mengingat informasi serta mempertinggi perhatian peserta didik.

Sesuai yang dikemukakan oleh Frederick, J. Donald. Mc menyatakan bahwa “motivation is an energy change within the person characterized by affective arousal and anticipatory goal reaction”, yang berarti bahwa motivasi adalah suatu perubahan energi di dalam diri seseorang yang ditandai dengan timbulnya afektif dan reaksi untuk

³⁰ Ali Muhson, “Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Teknologi Informasi”. Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia, Vol. 8 No. 2 (Januari 2015), h. 4.

mencapai tujuan.³¹

4. Psikologi Siswa SD Kelas V(Lima) Usia 11 Tahun

Siswa adalah salah satu komponen manusiawi yang menempati posisi sentral dalam proses belajar-mengajar. Dalam bahasa arab ilmu *nafsiyah* diartikan sebagai ilmu psikologi. Allah SWT berfirman dalam surat Fushshlat ayat : 53

سَنُرِيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَفِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ أَوَلَمْ يَكْفِ بِرَبِّكَ أَنَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ

Artinya : “Kami akan memperlihatkan kepada mereka tanda-tanda (kekuasaan) kami di segenap penjuru dan pada diri mereka sendiri, hingga jelas bagi mereka bahwa al-Qur’an itu adalah benar. Tiadakah cukup bahwa sesungguhnya Tuhanmu menjadi saksi atas segala sesuatu”³²

Di dalam proses belajar mengajar, siswa sebagai pihak yang ingin meraih cita-cita, memiliki tujuan dan kemudian ingin mencapainya secara optimal (Sardiman, 2012: 111). Dalam proses belajar mengajar formal saat ini, sekolah dasar masih merupakan jenjang paling dasar, akhir–akhir ini dalam dunia pendidikan juga muncul Sekolah Islam Terpadu yang dipercaya merupakan langkah besar dalam mewujudkan model sekolah dasar yang mampu memadukan ilmu umum dan ilmu islam dalam satu kesatuan dalam

³¹ Ida Fiteriani, “Membudayakan Iklim Semangat Belajar Pada Siswa Sekolah Dasar”, Jurnal Terampil, Vol. 2 No. 1 ISSN: 2355-1925 (Juni 2015), h. 121.

³² Kuntowijoyo, *Islam Sebagai Ilmu, Epistemologi, Metodologi, dan Etika*, (Yogyakarta: Tiara Wacana, 2006), Cet 1, h. 25

pembelajaran. Usia siswa sekolah dasar umumnya dimulai dari usia 6 hingga 12 tahun. Pada masa ini anak-anak sudah matang bersekolah dan sudah siap untuk masuk sekolah dasar atau sekolah islam terpadu. Aspek-aspek perkembangan pada usia ini meliputi perkembangan fisik, kognitif, bicara, kegiatan bermain maupun moral. Perkembangan fisik cenderung lebih stabil atau tenang sebelum memasuki masa remaja yang pertumbuhannya begitu cepat. Masa yang tenang ini diperlukan oleh anak untuk belajar berbagai kemampuan akademik.

Dalam perkembangan kognitifnya ditandai dengan adanya aktivitas-aktivitas mental seperti mengingat, memahami dan mampu memecahkan masalah. Anak sudah lebih mampu berfikir, belajar, mengingat, dan berkomunikasi, karena proses kognitifnya tidak lagi egosentrisme, dan lebih logis. Adapun dalam perkembangan bicara, anak belajar bagaimana berbicara dengan baik dalam berkomunikasi dengan orang lain. Bertambahnya kosakata yang berasal dari berbagai sumber menyebabkan semakin banyak perbendaharaan kata yang dimiliki. Pada masa ini, anak-anak dalam kegiatan permainan cenderung dilakukan secara berkelompok. Bermain yang sifatnya menjelajah, ke tempat-tempat yang belum pernah dikunjungi baik di kota maupun di desa sangat menyenangkan bagi anak. Selanjutnya perkembangan moral ditandai dengan kemampuan anak untuk memahami aturan, norma dan etika yang berlaku di masyarakat. Perkembangan moral terlihat dari perilaku moralnya di masyarakat

yang menunjukkan kesesuaian dengan nilai moral di masyarakat. Perilaku moral ini banyak dipengaruhi oleh pola asuh orang tuanya serta perilaku moral dari orang-orang di sekitarnya. Perkembangan moral ini juga tidak terlepas dari perkembangan kognitif dan emosi anak (Purnami, 2008: 130-132).

Karakteristik Fisik dan Motorik Peserta Didik SD (dalam situs resmi pendidikan guru sekolah dasar). Karakteristik fisik ini mencakup keadaan biologis misalnya otot dan tulang beserta gerakannya. Berikut adalah karakteristik fisik peserta didik Sekolah dasar yang berkembang dari jenjang ke jenjangnya.

11 Tahun (Kelas 5) :

- 1) Otot kaki dan lengan berkembang
- 2) Laki-laki suka pertandingan kasar dan keras
- 3) Kekuatan otot-otot tidak selalu sejalan dengan pertumbuhannya
- 4) Keterampilan dengan gerakan lebih cepat, rumit, dan kompleks seperti orang dewasa.
- 5) Koordinasi gerak perempuan sudah baik, tanda pubertas perempuan
- 6) Keadaan jasmani terlihat kuat
- 7) Perkembangan paru-paru hampir sempurna
- 8) Terlihat perbedaan nyata antara laki-laki dan perempuan³³

³³ Oktafiana Kiranida, “ Memaksimalkan Perkembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar Melalui Pelajaran Penjaskes “, (Jakarta:Jurnal Tunas Universitas Negeri Jakarta, Agustus 2019), Vol. 6 h. 322

C. Bermain

1. Pengertian Bermain

Bermain adalah kegiatan yang jika dilakukan akan memberikan efek kesenangan, tanpa memikirkan hasil akhir kegiatan yang dilakukan. Hal ini seperti pendapat Yudesta Erfayliana yang menyatakan bahwa melalui bermain anak dapat menjadi lebih bahagia terlebih didalam aktivitas anak bermain akan ikut berkembangnya aspek-aspek perkembangan didalam diri anak, aspek-aspek tersebut ialah aspek fisik, sosial emosional dan kognitif.³⁴ Bettelheim berpendapat bahwa bermain merupakan kegiatan yang tidak memiliki peraturan selain peraturan yang berlaku pada permainan itu sendiri.

Berdasarkan pengertian itu, diketahui bahwa bermain adalah sesuatu kegiatan yang dapat mengembangkan aspek-aspek didalam diri pemain yang dalam aktivitas bermain ini dilakukan tanpa paksaan, tidak mempunyai peraturan lain, dan ketika telah melakukan kegiatan bermain maka pemain yang mengikuti permainan ini akan merasa bahagia dan senang.

2. Kategori Bermain

Jika dilihat dari kategorinya, bermain mempunyai dua kategori.

Kedua katagori didalam bermain, sebagai berikut:

a. Bermain aktif

Pada bermain aktif, kesenangan akan dihasilkan dari yang dilakukan

³⁴ Yudesta Erfayliana, "Aktivitas Bermain dan Perkembangan Jasmani Anak", (Bandar Lampung: Terampil Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Dasar UIN Raden Intan Lampung, 2016), Vol. 3 h. 145

secara individu. Contohnya: Berlari

b. Bermain pasif

Pada bermain pasif, kesenangan akan dihasilkan dari yang dilakukan oleh orang lain. Contohnya: Menonton televisi.³⁵

Berdasarkan di atas, bermain dibagi menjadi dua kategori yaitu bermain aktif dan bermain pasif. Kedua kategori ini dapat dibedakan dari bagaimana mendapatkan hasil akhir dari kesenangan yang dirasakan, apakah berasal dari diri sendiri atau berasal dari apa yang dilihat.

3. Tahapan Perkembangan Bermain

Melihat dari masa perkembangan manusia, ada beberapa tahapan bermain, sebagai berikut:

a. Tahap eksplorasi

Bayi yang mempunyai usia tiga bulan akan mencoba menggapai bendabenda di sekelilingnya, mencoba memegang secara acak kemudian bayi tersebut akan mencoba merangkak ataupun berjalan dan memperhatikan di sekelilingnya.

b. Tahap permainan

Tahap ini dimulainya bermain menggunakan benda-benda permainan, tahap ini dimulai dari tahun pertama hingga puncaknya yaitu ketika berusia 5-6 tahun

³⁵ Ibid., h. 321

c. Tahap bermain

Tahap ini dimulai ketika memasuki masa sekolah, karena pada masa sekolah akan menemukan lebih banyak lagi ragam bermain, lalu akan mulai meninggalkan kebiasaan bermain dengan benda-benda dan beralih ke permainan seperti berlari, melompat, dan lain-lainnya.

d. Tahap melamun

Melamun adalah pengalihan fokus perhatian seseorang dari kondisi sebelumnya yang normal, tahap melamun ini adalah tahap yang akan dilalui ketika memasuki masa puber. Pada masa ini akan lebih sering melamun memikirkan apa yang akan lakukan sehingga pelan-pelan akan menghilangkan minatnya untuk bermain.³⁶

Berdasarkan tahapan permainan di atas, peserta didik yang memasuki tahap bermain akan mulai mengenal lebih banyak lagi ragam bermain yang tidak hanya bermain dengan benda-benda namun dapat juga bermain dengan berlari dan bermain bersama teman sebaya peserta didik.

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Bermain

Bermain adalah kegiatan yang dapat menjadi bahagia. Peserta didik akan bermain secara berulang-ulang kali permainan. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi bermain diantaranya, sebagai berikut:

a. Kesehatan,

³⁶ Ibid., h. 324

- b. Perkembangan motorik,
- c. Kecerdasan,
- d. Jenis kelamin,
- e. Lingkungan,
- f. Status sosioekonomi,
- g. Waktu,
- h. Peralatan untuk bermain.³⁷

Berdasarkan penjelasan di atas, bermain dapat mengalami peningkatan atau penurunan berdasarkan beberapa faktor-faktor di atas, dan hal ini harus dapat diperhatikan lebih bagi pendidik. Beberapa yang dapat terpengaruh dari bermain, sebagai berikut:

- a. Perkembangan fisik
- b. Tuntutan untuk berkomunikasi
- c. Sebagai penyalur energi emosional
- d. Sebagai penyalur kebutuhan dan keinginan
- e. Sumber belajar
- f. Meningkatkan kreativitas
- g. Memperluas wawasan
- h. Belajar bersosialisasi
- i. Standar moral
- j. Berkembangnya kepribadian yang diinginkan.³⁸

Berdasarkan penjelasan di atas, banyak sekali pengaruh yang

³⁷ Ibid., h. 327

³⁸ Ibid., h. 323

akan didapatkan jika peserta didik melakukan sebuah proses bermain.

5. Faedah Bermain

Beberapa orang tua berpendapat bahwa bermain itu tidak mempunyai faedah, berdampak negatif dan kebanyakan orang tua beranggapan bahwa lebih baik belajar ataupun yang lainnya dibandingkan bermain. Namun yang harus orang tua dan pendidik ketahui bahwa bermain dapat menjadi sarana untuk untuk meningkatkan logika berpikir dan kemampuan berkomunikasi peserta didik. Bermain juga dapat memberikan pengalaman baru yang dapat membuat suasana belajar menjadi lebih efektif dan menyenangkan.³⁹

Jika dilihat di atas, diketahui ilmu itu didapat dengan cara belajar dan yang harus disadari belajar juga tidak selalu monoton. Belajar yang terlalu monoton akan mengakibatkan rasa jenuh, untuk menghindari kejenuhan dalam belajar ini belajar juga dapat dilakukan dengan bermain. Bermain itu tidak hanya mempunyai dampak negatif adapun beberapa faedah dari bermain sebagai berikut:

- a. Bermain sebagai sarana untuk membawa peserta didik ke lingkungan masyarakat
- b. Bermain menjadikan peserta didik mampu mengetahui kekuatan diri yang dimiliki individu peserta didik
- c. Memanajemen perasaannya
- d. Merasakan kegembiraan, kesenangan, dan juga sebuah kepuasan

³⁹ Aiko Sato, Jonathan de Haan, Applying an Experiential Learning Model to The Teaching of Gateway Strategy Board Games, (Shizuoka: International Journal of Instruction, 2016), Vol. 9, h. 12

e. Berlatih untuk mengikuti serta mentaati peraturan yang berlaku.

Berdasarkan hal tersebut maka bermain bukan merupakan sesuatu yang sia-sia, tetapi bermain juga terdapat hal-hal yang positif dan dapat dijadikan sarana untuk belajar yang dibutuhkan oleh peserta didik.

D. Permainan Bola Tembak

1. Konsep Permainan Bola Tembak

Permainan bola tembak adalah permainan yang mengharuskan penembak melakukan tembakan ke arah kaki yang menjadi sasaran tembak dengan menggunakan bola tenis. Sasaran (kaki) yang ditembak dibatasi hanya dari bagian lutut ke bawah. Pemain yang menjadi sasaran tembak harus berusaha menghindari dengan cara melompat agar tidak kena tembak.

Dalam permainan ini, pemain yang menjadi sasaran tembak berdiri di dalam lingkaran atau kotak yang berdiameter 1 meter. Pemain yang menjadi penembak berdiri di luar lingkaran atau kotak tempat sasaran tembak dengan jarak 3 m dari lingkaran atau kotak tempat sasaran tembak. Berdasarkan sifatnya permainan bola tembak termasuk ke dalam kelompok permainan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek fisik (kekuatan, ketahanan, kelincahan, kebangsaan, reaksi, dan lain-lain).

Aspek yang dapat dirubah melalui permainan bola tembak adalah ketidakfokusan peningkatan power otot tungkai, kelincahan.

Ketidakfokusan akan terlatih pada saat menangkap bola dan melempar bola dimana akan melatih tangan dan mata dalam bekerja sama. Peningkatan power otot tungkai akan diperoleh pada saat menghindar dari tembakan si penembak dengan cara meloncat secara berulang-ulang dengan cepat. Sedangkan kelincahan akan diperoleh pada saat mengubah arah atau posisi tubuh untuk menghindar dari tembakan.

2. Prinsip Permainan Bola Tembak

Dalam permainan bola tembak, si penembak harus berusaha untuk menembak kaki sasaran tembak dari batas lutut ke bawah yang berada di lingkaran atau kotak yang berdiameter 1 meter dan yang ditembak berusaha menghindari lemparan si penembak dengan cara melompat dengan cepat.

3. Peraturan Permainan Bola Tembak

Peraturan permainan bola tembak dalam penelitian ini penulis buat sebagai berikut:

- 1) Jumlah pemain bola tembak bisa tiga orang sampai 5 orang.
- 2) Orang yang menjadi sasaran tembak dilakukan dengan undian atau ditunjuk oleh guru.
- 3) Pergantian orang tembak bisa ditentukan dengan waktu atau dengan jumlah terkena tembakan. Dengan waktu orang yang menjadi sasaran tembak baru di ganti setelah 60 detik atau 120 detik dan dihitung berapa kali kena selama waktu tersebut, siswa yang sedikit kena dinyatakan sebagai pemenang sedangkan

dengan jumlah perkenaan misalnya tiga kali kena baru digantimaka orang yang paling lama bisa bertahan dinyatakan pemenang.

- 4) Bola yang digunakan bola tenis sebanyak 4 buah
- 5) Tembakan dinyatakan sah apabila kena bagian lutut sampai kaki.
- 6) Penembak harus berurutan pada saat menembak misalnya pemain 3orang(2orang penembak) maka tidak boleh melakukan tembakan bersamaanartinya penembak yang satu lagi baru menembak setelah sasaran tembakmendarat lagi baru bisa menembak.
- 7) Jarak tembak antara 2-3 meter dan sasaran tembak berada pada lingkaran yangberdiameter 1 meter atau segi empat.⁴⁰

E. Materi Bola Kecil

1. Pengertian permainan bola kecil

Permainan bola kecil adalah permainan olahraga yang menggunakan alat permainan berupa bola kecil. Jenis permainan bola kecil biasanya menggunakan pemukul untuk melakukannya. Olahraga bola kecil bisa dimainkan dalam laga tunggal maupun beregu. Permainan bola atau disebut juga olahraga bola, adalah segala bentuk permainan atau olahraga yang menampilkan bola sebagai bagian dari permainan. Ini termasuk permainan seperti sepak bola, kriket, baseball, bola basket, dan sepak bola Amerika. Permainan semacam itu memiliki

⁴⁰Anonim. 2017. Pengaruh Permainan Bola Tembak Terhadap Power Otot Tungkai Siswa SD. 240865-pengaruh-permainan-bola-tembak-terhadap-3613cfa6. Pdf. Di akses 10 Juli 2020 Pukul 23:00 WIB

aturan dan sejarah yang beragam dan sebagian besar tidak terkait.⁴¹

2. Macam-Macam Permainan Bola Kecil

Berikut ini macam-macam permainan bola kecil, antara lain:⁴²

a. Permainan Golf

Golf merupakan permainan rekreatif yang paling bergengsi, karena pada umumnya pemain yang satu ini dilakukan oleh para golongan kelas ekonomi menengah ke atas. Properti yang digunakan dalam bermain golf dapat dibilang cukup mahal, dari mulai pakaian hingga stick golf. Bola golf terbuat dari bahan karet yang dilapisi fiber dan mempunyai diameter 50 mm dan umumnya berwarna putih. Sasaran yang dituju untuk memasukkan bola yaitu lubang yang berada di tanah, dengan pemukul berupa stick atau tongkat golf.

b. Baseball

Pada dasarnya, permainan baseball hampir sama dengan permainan bola kasti. Baseball adalah olahraga Internasional dengan menggunakan bola yang berdiameter 7,3 cm dan memiliki berat 178 gram. Bola baseball tersebut cukup berat, sehingga dibutuhkan pakaian khusus dan pelindung kepala saat bermain. Dalam permainan ini, pemain memukul bola yang dilemparkan oleh lawan yang kemudian berlari menuju basemen yang terletak di ujung lapangan yang berjumlah empat sudut base. Tugas lawan ialah melempar bola ke arah pemukul yang sedang berlari sebelum

⁴¹ Deni K & Suro Prapanca. (2010). Penjas Orkes Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesetahan untuk Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah Kelas II. Jakarta. Kemendiknas.hlm.77

⁴² Ajang, dkk. (2010) Permainan Bola Kecil. PJKR .FPOK. UPI.hlm.45

mencapai basemen. Saat melempar bola sebaiknya diarahkan pada bagian kaki, tangan, atau badan yang dilindungi oleh pakaian khusus, sebab bola baseball yang cukup berat akan sakit jika terkena pada bagian yang tidak dilindungi.

c. Softball

Softball adalah perkembangan dari olahraga sejenis yaitu baseball, hanya saja mempunyai ukuran bola lebih besar berdiameter 28-30,5 cm dan tidak terlalu keras. Permainan yang satu ini dimainkan oleh 9 orang dan bermain dalam 7 *inning*, yaitu tiap-tiap regu mendapat giliran menjadi pemain bertahan dan menyerang masing-masing sebanyak 7 kali. Softball diciptakan pada tahun 1887 di Amerika Serikat oleh George Hancock dan pertama kali dimainkan di Chicago.

d. Tenis Lapangan

Tenis lapangan adalah olahraga yang menggunakan bola kecil sebagai permainannya. Alat yang digunakan untuk memainkan bolanya berupa raket dan dalam permainannya pemain boleh tunggal maupun ganda. Saat bermain olahraga tenis lapangan, bola dipantulkan terlebih dahulu di atas lantai. Lantai untuk permainan tenis biasanya dibuat dari bahan yang keras, sehingga bola bisa terpantul dengan baik. Bahan yang digunakan untuk membuat bola tenis berupa karet yang berisi udara. Batas antara pemain dipisahkan dengan menggunakan net atau jaring dan bola diarahkan

menggunakan raket melewati atas net. Bola yang diterima dari lawan harus dikembalikan setelah dipantulkan dan ditangkis.

e. Tenis Meja

Pada dasarnya tenis meja memiliki prinsip yang hampir sama dengan tenis lapangan, hanya saja. sesuai namanya, dalam permainan ini menggunakan meja sebagai area untuk bermain. Bola yang digunakan yaitu bola yang terbuat dari selluloid yang ringan, yaitu kurang lebih 2,7 gram. Bola tenis meja ini memiliki ukuran diameter 40 mm. Di tengah-tengah meja tenis terdapat net. Alat pemukul bola berupa bed yang terbuat dari papan. Pemain menangkis bola dengan menggunakan raket atau bed yang terlebih dahulu bola dipantulkan di meja dan diarahkan melewati atas net yang kemudian ke meja lawan.

f. Kriket

Kriket merupakan olahraga yang populer di negara Inggris, India, dan negara persemakmuran lainnya. Cara bermainnya pun tidak jauh beda dengan baseball yang dimainkan oleh 11 orang dalam satu regu. Bola yang digunakan dalam permainan ini dibungkus dengan laon sehingga mempunyai bentuk yang tidak begitu bulat. Keunikan dari olahraga ini adalah durasi waktu bertandingnya yang bahkan bisa sehari-hari.

g. Bulu Tangkis

Bulu tangkis adalah olahraga menggunakan raket sebagai alat

pemukul dan *shuttlecock* sebagai objek pukul. Shuttlecock merupakan bola dalam permainan bulu tangkis yang terbuat dari bulu angsa, bulu ayam, dan sebagainya. Panjang bulu yaitu 60 – 70 mm, dengan diameter gabus 25 – 28 mm, jumlah bulu 14 – 16 helai, berat bola 4,7 – 5,5 meter. Ukuran lapangan dalam olahraga ini adalah bulu tangkis adalah 13,40 meter dan lebarnya 6,10 meter. Panjang net 6,10 meter, lebarnya 0,75 meter, dan tingginya 1,525 meter. Dalam bermain bulu tangkis, shuttlecock dipukul hingga melewati jaring ke tempat lawan untuk mendapatkan angka.

h. Kasti

Bola kasti adalah olahraga beregu atau berkelompok yang terdapat dua kelompok dalam permainannya. Bola yang digunakan dalam permainan ini seperti bola yang digunakan dalam permainan tenis lapangan dan pemukul yang digunakan terbuat dari bahan kayu. Tiap-tiap pemain dari salah satu regu secara bergilir memukul bola dari lawan. Setelah memukul bola, pemain kemudian berlari menuju basemen, sedangkan lawan bertugas untuk menangkap bola hasil pukulan lalu melemparkannya ke pada pemain yang telah memukul sebelum dia tiba di basemen. Apabila pemain lawan berhasil mengenai tubuh si pemukul sebelum sampai di basemen, maka regu pemukul berganti dengan regu lawan. Tapi apabila lawan tidak berhasil mengenainya dan si pemukul telah sampai di basemen, maka pemain pemukul berikutnya dalam satu regu akan memukul

bola kembali.

i. Billiard

Billiard merupakan permainan olahraga yang termasuk dalam kategori bersifat rekreatif. Permainan billiard menggunakan papan yang mempunyai lubang-lubang di setiap sudutnya sebagai tempat untuk memasukkan bola. Bola yang digunakan dalam permainan bilyard tidak hanya satu. Dan alat yang digunakan untuk memukul bola yaitu tongkat billiard. Karena bersifat rekreatif, permainan yang satu ini tidak terlalu mengedepankan olah fisiknya namun lebih ke mengedepankan strategi untuk memasukkan bola.

j. Sepak Takraw

Sepaktakraw merupakan permainan yang dilakukan oleh dua regu yang berhadapan di lapangan yang dipisahkan oleh jaring (net) yang terbentang membelah lapangan menjadi dua bagian. Permainan yang satu ini menggunakan bola yang terbuat dari rotan, dimainkan di atas lapangan yang datar berukuran panjang 13,40 m dan lebar 6,10 m. Ditengah-tengah dibatasi oleh jaring net setinggi 1,55 m.

3. Fungsi Permainan Bola Kecil

Berikut ini beberapa fungsi atau manfaat permainan bola kecil, antara lain:⁴³

a. Mengurangi ketegangan

Saat menekan bola, otot-otot di lengan dan pergelangan akan

⁴³ Lutan. (2001). Asas-asas Pendidikan Jasmani. Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar. Dirjen Olahraga. Depdiknas.hlm.80

ketat, yang mana jika dilepas otot-otot ini menjadi rileks, dan mengurangi ketegangan yang kita rasakan.

b. Merangsang saraf

Di tangan kita terdapat banyak saraf yang sebagian terhubung ke otak. Saat bola ditekan, saraf-saraf tangan akan dirangsang, secara tidak langsung pun merangsang ke otak. Dengan demikian, otak melepaskan endorfin yang dapat memerangi stres.

c. Mengalihkan perhatian

Bermain bola kecil dengan cara meremasnya dapat membantu kita mengalihkan pikiran yang mengganggu kita, dan membiarkan kita berpikir lebih santai selama beberapa menit.

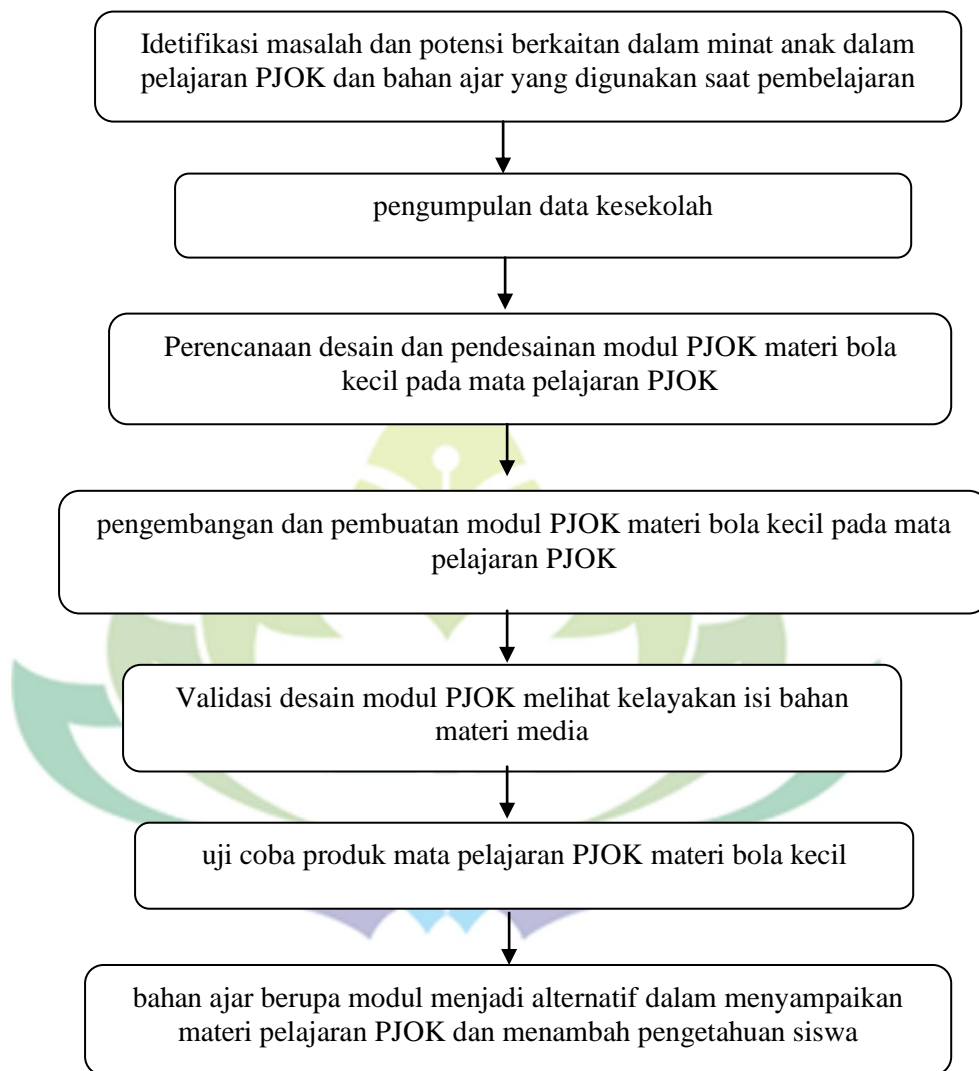
d. Mencegah cedera berulang

Kegiatan seperti mengetik, memainkan alat musik, dan menggunakan telepon seluler bisa menyebabkan tangan atau pergelangan mengalami cedera selama beberapa waktu. Kondisi tersebut dikenal dengan cedera peregangan berulang. Dengan bermain bola kecil, akan memperkuat otot-otot di pergelangan tangan dan membuat tangan lebih fleksibel.

F. Kerangka berpikir

Menurut Uma Sekaran, kerangka berpikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting. Kerangka pikir

yang baik adalah kerangka pikir yang akan menjelaskan secara teoritis pertautan antar variabel yang akan di teliti.⁴⁴



⁴⁴ Sugiono, "Metode Penelitian Pendidikan", (Bandung: Alfabeta, 2017), h. 91

DAFTAR RUJUKAN

- Abdul Majid, Pembelajaran Tematik Terpadu (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2015)
- Aiko Sato, Jonathan de Haan, Applying an Experiential Learning Model to The Teaching of Gateway Strategy Board Games, (Shizuoka: International Journal of Instruction, 2016), Vol. 9
- Ali Muhson, “Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Teknologi Informasi”. Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia, Vol. 8 No. 2 (Januari 2015)
- Anonim. 2017. Pengaruh Permainan Bola Tembak Terhadap Power Otot Tungkai Siswa SD. 240865-pengaruh-permainan-bola-tembak-terhadap-3613cfa6. Pdf. Di akses 10 Juli 2020 Pukul 23:00 WIB
- Arham bin Ahmad Yasin, Alquran dan Terjemahannya (Jakarta: Hilal Media, 2007)
- Azhar Arsyad, Media Pembelajaran (Jakarta: Rajawali Pers, 2016)
- Adelina Hasyim, *Metode Penelitian Dan Pengembangan di Sekolah*, (Yogyakarta: Media Akademi, 2016)
- Bahrudin Bahrudin,” Pengembangan Model Permainan Tembak Kaleng sebagai Alternatif Variasi Permainan bola kecil dalam Pembelajaran Penjasorkes bagi siswa kelas VII SMP 1 Rantau Kabupaten Tapin Tahun 2018, (Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Vol 17 No 2, 2018)
- Ega Rima Wati, Ragam Media Pembelajaran (Jakarta: Kata Pena, 2016)

- Evinna Cinda Hendriana, “Implementasi Pendidikan Karakter di Sekolah Melalui Keteladanan dan Pembiasaan”, *Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia*, September 2016 (Kalbar: 2016)
- Gde Nugrah Pratama Fahrial Amriq,Dkk,” Pengembangan Model Variasi Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani untuk siswa kelas VI SD, (*Jurnal Sekolah Dasar*, Vol 26 No 2,2017)
- Gentur Tri Basuki, “*Pengembangan Model Permainan Tembak Kaleng sebagai alternatif variasi permainan bola kecil dalam pembelajaran penjassorkes bagi siswa kelas VIII SMP NEGRI 2 PATEBON Kabupaten Kendal 2012*”, (Skripsi) (2012).
- Hasan Sastra Negara. *Konsep Dasar Matematika*. Bandar Lampung: AURA, 2015.
- Heny Wulandari,” *Pelaksanaan Pendidikan Kesehatan, Prilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Dini*”, (Bandar Lampung: Jurnal UIN Raden Intan Lampung, 2014)
- HR. Muslim, *Kitab al-Qadir, Bab Fi Al-Amri bi Al-Quwwat wa Tark Al-‘Ajs*, nomor 14816.
- Ida Fiteriani, “Membudayakan Iklim Semangat Belajar Pada Siswa Sekolah Dasar”, *Jurnal Terampil*, Vol. 2 No. 1 ISSN: 2355-1925 (Juni 2015)
- Indra, Wawancara penulis dengan guru, SDN Margakaya Lampung Selatan, Lampung Selatan, 15 Februari 2020
- Irene Pri Septianing,” *Pengembangan Modul Pembelajaran Permainan Tradisional Anak untuk kelas 1 sd tema 3 subtema 3*”,(Skripsi) (2019)

- Kuntowijoyo, *Islam Sebagai Ilmu, Epistemologi, Metodologi, dan Etika*, (Yogyakarta: Tiara Wacana, 2006), Cet 1, h. 25
- Mulflih Reza Setyanto, *Proses Pembelajaran Permainan Bola Kecil di Kelas Atas Sekolah Dasar Se-gugus Sendangadi*, (Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2017
- Oktafiana Kiranida, “ Memaksimalkan Perkembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar Melalui Pelajaran Penjaskes “, (Jakarta:Jurnal Tunas Universitas Negeri Jakarta, Agustus 2019), Vol. 6
- Otong Sinaga,” Pengembangan Model Permainan Tembak Kaleng sebagai Alternatif Variasi Permainan bola kecil dalam Pembelajaran Penjasorkes bagi siswa kelas VIII SMP NEGRI 6 TEBING TINGGI, (Jurnal, Sej Vol 7 No 3, 2017)
- Rora Rizky Wandini dan Maya Rani Sinaga, “*Games Pak Pos Membawa Surat pada Sintax Model Pembelajaran Tematik*”, *Jurnal Raudhah*, Vol.6, No.01 Januari-Juni 2018
- Rusdi.M, *Penelitian Desain dan Pengembangan Kependidikan*, (Depok Rajawali Pers, 2018).
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan*.Bandung:Alfabeta
- Sugiono,*Metode Penelitian & Pengembangan Research and Development*,(Bandung: Alfabeta,2015)
- Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif*
- Wiarto Giri, *Media Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani*, (Yogyakarta: Laksitas, 2016)

Wina Sanjaya, Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan

(Bandung: Kencana, 2013),

Yudesta Erfayliana, “Aktivitas Bermain dan Perkembangan Jasmani Anak”,

(Bandar Lampung: Terampil Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Dasar

UIN Raden Intan Lampung, 2016)

